***Акция «СЕМЬЯ без наркотиков»***

***С раннего возраста объясните детям пагубность курения, алкоголя и наркотиков. Никогда не предлагайте алкогольные напитки несовершеннолетним, не курите и не употребляйте алкоголь в присутствии детей!***

**Как распознать, что подросток**

 **начал употреблять**

 **алкоголь, наркотики?**

* Необходимо обратить внимание на резкое изменение в поведении ребенка.
* Если появились такие черты как грубость, агрессия, раздражительность.
* Ребенок стал замкнутым, скрытным.
* В доме пропадают деньги, вещи.
* У ребенка резко снизилась успеваемость.
* Приходит поздно домой с запахом алкоголя.

**Как уберечь детей и подростков**

 **от алкоголизма и наркомании:**
1.Разговаривать друг с другом. У каждого человека есть потребность говорить с окружающими, слушать их. Это необходимо и детям. Если нет общения, нарастает непонимание, вы отдаляетесь друг от друга. У ваших детей остается только возможность найти отклик у кого-то другого, кто способен повлиять на них.
2.Выслушивать, ребенку это необходимо. Способность слушать - ключ к нормальному общению. Важно понять чувства, взгляды ребенка без споров и конфликтов.
3.Рассказать о себе, не бойтесь говорить о своем детстве, об ошибках, которые совершили сами. Поделитесь своими неудачами, проблемами. Ребенок увидит в вас не только родителя, но и друга!
4.Поставить себя на его место. Пусть ребенок почувствует, что вы его понимаете.
5.Быть рядом. Важно, чтобы ребенок понимал, что дверь к вам всегда открыта.
6.Быть твердым и последовательным. Это ваши правила в семье.
7.Стараться все делать вместе.
8.Дружить с друзьями своих детей.
9.Помнить, что каждый ребенок особенный.
10.Показывать пример. Очень трудное правило. То, что именно Вы употребляете алкоголь или наркотики - пример для вашего ребенка.

